



เส้นหมี่ผัดกระเจดกุ้ง

วัตถุดิบ

- 40 กรัม แม็กกี้ฮัจจ์ค็อก ซอสผัดพริกกระเทียม
- 250 กรัม เส้นหมี่จาวแช่น้ำ
- 100 กรัม กุ้งแกะเปลือกผ่าหลัง
- 50 กรัม หมึกแช่หั่นชิ้น
- 30 กรัม ผักกระเจดเด็ดพอดีคำ
- 2 ช้อนโต๊ะ น้ำมันพืช

วิธีทำ

- นำกระทะตั้งไฟ ใส่น้ำมันลงในกระทะ รอจนน้ำมันร้อนใส่กุ้งลงไปตามด้วยหมึกแช่ ผัดพอสุก
- ใส่เส้นหมี่ลงไป ปรงรสด้วยแม็กกี้ฮัจจ์ค็อก ซอสผัดพริกกระเทียม ผัดให้ซอสเข้ากันกับเส้น
- ใส่กระเจดตามลงไป ผัดต่ออีกสักครู่ ตักใส่จานพร้อมเสิร์ฟ

ข้อมูลทางโภชนาการ

10 นาที

คาร์โบไฮเดรต	1.09 กรัม
พลังงาน	82.62 kcal
ไขมัน	82.62 kcal
โปรตีน	8.87 กรัม

3 ที่